వేగుచుక్క

VC NEWS

పీడిత ప్రజల గొంతుక...

TELUGU DAILY NEWS

www.veguchukkanews.com

నిజామాబాద్ సోమవారం 09 సెప్టెంబర్ 2024

వెల: రూ.3/- పేజీలు : 4 సంపుటి:02 సంచిక: 54

PUBLISHED FROM HYDERABAD CIRCULATED BY RANGAREDDY, NALGONDA, KHAMMAM, KARIMNAGAR, WARANGAL, MAHABOOBNAGAR, MEDAK, NIZAMABAD, ADILABAD

చెరువుల ఆక్రమణలపై

హైడ్రా దూకుడు

పలుచోట్ల పెద్ద ఎత్తున కూల్చివేతలు

హైదరాబాద్: మాదాపూర్‌లోని సున్నం చెరువు పరిధిలోని ఆక్రమణలను హైడ్రా కూల్చివేసింది. ఈ చెరువు 26 ఎకరాల్లో ఉంది. దీనిలోని ఎఫ్‌టీఎల్, బఫర్‌జోన్‌లో నిర్మించిన షెడ్లు, భవనాలను అధికారులు కూల్చివేస్తున్నారు. ఎఫ్‌టీఎల్‌లోని సర్వే నంబర్లు 12, 13, 14, 16లో కబ్జాదారులు పదుల సంఖ్యలో షెడ్లు నిర్మించి వ్యాపారాలు నిర్వహిస్తున్నారు. దీంతో భారీ బందోబస్తు మధ్య కూల్చివేతలు చేపట్టారు. హైడ్రా అధికారులు చిన్న చిన్న షాపులు, హోటళ్లు కూలుస్తున్నారు. దీంతో వాటి యజమానులు కన్నీటి పర్యంతమయ్యారు. ముందస్తు నోటీసులు లేకుండా పడగొడుతున్నారని స్థానికులు ఆరోపిస్తున్నారు. షెడ్లలో రూ.కోట్ల విలువైన సామగ్రి ఉందని.. తీసుకునే అవకాశం ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు. సున్నం చెరువు వద్దకు స్థానికులు భారీగా చేరుకున్నారు. అక్రమ నిర్మాణాలపై హైడ్రా దూకుడు కొనసాగుతోంది. హైదరాబాద్, మేడ్చల్, సంగారెడ్డి, జిల్లాల పరిధిలో ఆక్రమణలు కూల్చివేస్తోంది. దుండిగల్ మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని మల్లంపేట్ కత్వా చెరువు ఎఫ్‌టీఎల్, బఫర్‌జోన్‌లో నిబంధనలకు విరుద్ధంగా విల్లాలు నిర్మించినట్లు అధికారులు గతంలోనే గుర్తించారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆదివారం ఉదయం మల్లంపేట్‌లోని

లక్ష్మి శ్రీనివాస కన్‌స్ట్రక్షన్ విల్లాలో హైడ్రా కూల్చివేతలు చేపట్టింది. దీంతో ఆ ప్రాంతంలో భారీగా పోలీసులు మోహరించారు. ఈ సందర్భంగా తహసీల్దార్ మతిన్ మాట్లాడుతూ.. కత్వా చెరువులో 20కిపైగా అనధికారిక విల్లాలను గుర్తించాం. ప్రస్తుతం 8 విల్లాలను కూలుస్తున్నాం.

మిగిలిన విల్లాలను ఖాళీ చేయించి కూలుస్తాం. ఇరిగేషన్ శాఖ నిర్దేశించిన మార్కు ప్రకారం నోటీసులిచ్చి కూలుస్తామని వెల్లడించారు.

మరోవైపు సంగారెడ్డి జిల్లా అమీన్‌పూర్ మున్సిపాలిటీలోని హెచ్‌ఎంటీ కాలనీ, వాణీనగర్‌లో అక్రమ నిర్మాణాలను హైడ్రా అధికారులు కూల్చివేస్తున్నారు. రెవెన్యూ, మున్సిపల్ అధికారుల సహాయంతో పోలీసు బందోబస్తు మధ్య కూల్చివేతలు కొనసాగుతున్నాయి.

జర్నలిస్టుల సమస్యలకు

శాశ్వత పరిష్కారం

- ఏదిపడితే అది యూట్యూబుల్లో ప్రచారం
- అసలు జర్నలిస్టులు ఎవరో మీరే తేల్చండి.
- పార్టీ బాకా పత్రికల జర్నలిస్టుల గురించి ఆలోచించాలి
- జర్నలిస్టుల సంక్షేమానికి కాంగ్రెస్ కట్టుబడి ఉంది
- జవహర్ లాల్ నెహ్రూ సొసైటీకి స్థలం అప్పగింత
- రవీంద్ర భారతి కార్యక్రమంలో పెత్త ఎత్తున జర్నలిస్టుల హాజరు

" జర్నలిస్టులు సమాజానికి చికిత్స చేసే డాక్టర్లు. వారి సంక్షేమం కోరుతూ ఇళ్ల స్థలాలు కేటాయించాలని ఆనాడు వైఎస్సార్ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. జర్నలిస్టుల ఇళ్ల స్థలాల విషయంలో నిర్ణయం తీసుకోవడానికి ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేవు. మీ సమస్యకు మా ప్రభుత్వం శాశ్వత పరిష్కారం చూపిస్తోంది.

హైదరాబాద్: ఎవరుపడితే వారు జర్నలిస్టులుగా అవతారమెత్తి, జర్నలిస్ట్ వృత్తికే కళంకంగా మారారని, అలాంటి వారిని దూరం పెట్టాల్సిన బాధ్యత అసలు జర్నలిస్టులపైన ఉందని సిఎం రేవంతం రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. జర్నలిస్టులకు, వారి ప్రయోజనాలకు తాము వ్యతిరేకం కాదని, అయితే ఎవరు జర్నలిస్టులో తెలియని పరిస్థితి ఇప్పుడు దాపురించిందని అన్నారు. జవహర్ లాల్ నెహ్రూ హౌసింగ్ సొసైటీకి ఇళ్ల పట్టాల పంపిణీకి సంబంధించిన అధికారిక పత్రాలను ఆదివారం రవీంద్రభారతిలో జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని జర్నలిస్టులకు ప్రభుత్వం నుంచి అధికారికంగా పట్టా పత్రాలను అందచేశారు. ఈ సందర్భంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ... కొంతమంది జర్నలిస్ట్‌లు రాజకీయ పార్టీలకు కార్యకర్తలుగా వ్యవహరిస్తున్నారని ఆరోపించారు. జర్నలిస్ట్‌లు హద్దులు దాటి వ్యవహారించకూడదని వ్యాఖ్యానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రులు పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి, పొన్నం ప్రభాకర్, ఎంపీలు చామల కిరణ్ కుమార్ రెడ్డి, అనిల్ కుమార్ యాదవ్, సీఎం సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డి, మీడియా అకాడమీ చైర్మన్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి, జీహెచ్ఎంసీ మేయర్ గద్వాల విజయలక్ష్మి,

- మిగతా 2వ పేజీలో

మొదటి ప్రమాద హెచ్చరిక జారీ

డేంజర్ జోన్‌లో ఖమ్మం

ఎగువ ప్రాంతాల్లో కురిసిన వర్షంతో ఖమ్మంలోని మున్నేరుకు వరద ప్రవాహం పెరుగుతోంది. ప్రస్తుతం ప్రవాహం 16 అడుగులకు చేరడంతో అధికారులు మొదటి ప్రమాద హెచ్చరిక జారీ

ఖమ్మం: ఎగువ ప్రాంతాల్లో కురిసిన వర్షంతో ఖమ్మంలోని మున్నేరుకు వరద ప్రవాహం పెరుగుతోంది. ప్రస్తుతం ప్రవాహం 16 అడుగులకు చేరడంతో అధికారులు మొదటి ప్రమాద హెచ్చరిక జారీ చేశారు. 24 అడుగులకు చేరితే రెండో ప్రమాద హెచ్చరిక జారీ చేయనున్నారు. అధికారులు వరద ప్రభావిత కాలనీల్లోని బాధితులను పునరావాస కేంద్రాలకు తరలిస్తున్నారు.

డేంజర్ జోన్‌లో మున్నేరు పరివాహక ప్రాంతంఖమ్మం మున్నేరు పరివాహక ప్రాంతం డేంజర్ జోన్‌లో ఉంది. ఎగువ ప్రాంతాల్లో కురుస్తున్న వర్షాల నేపథ్యంలో ఆదివారం అర్ధరాత్రికి మళ్లీ వరద వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో రెండు రోజుల పాటు వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో రోడ్లన్నీ బ్లాక్ చేయాలని ఖమ్మం జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశాలు జారీ చేశారు.ఖమ్మంలోని వరద ప్రాంతాల్లో నేడు కేంద్ర మంత్రి కిషన్‌రెడ్డి పర్యటించనున్నారు. 16వ డివిజన్ దంసాలపురం, తిరుమలాయపాలెం, రాకాసి తండాలో పరిస్థితులను ఆయన పరిశీలించనున్నారు. వరద బాధితులకు నిత్యావసరాలు పంపిణీ చేయనున్నారు. ప్రభుత్వం చేపట్టిన పునరావాసకార్యక్రమాలనుపర్యవేక్షించ నున్నారు.శనివారం రాత్రి మున్నేరు ముంపు ప్రాంతాల్లో ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క పర్యటించారు. ప్రజలు పునరావాస కేంద్రాలకు వెళ్లాలని సూచించారు. ఆదివారం మంత్రులు తుమ్మల నాగేశ్వరరావు, పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి ఖమ్మం రానున్నారు. ముంపు ప్రాంతాల ప్రజలను అప్రమత్తం చేయాలని వారు అధికారులను ఆదేశించారు. వరద తీవ్రత పెరిగినా ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలని సూచించారు. ఆదివారం రాత్రి కలెక్టర్, సీపీ ముంపు కాలనీల్లో పర్యటించి ప్రజలను అప్రమత్తం చేశారు. మరోవైపు ఎగువన ఉన్న మహబూబాబాద్, గార్ల, బయ్యారం మండలాల్లో భారీ వర్షం కురుస్తోంది.

వరదబాధిత ప్రాంతాల్లో

కేంద్రమంత్రుల పర్యటన

- బాధితులకు అండగా ఉంటామని కిషన్ రెడ్డి హామీ
- వరద సమయాల్లో రాజకీయాలు తగవు
- బిఆర్‌ఎస్‌కు చురకలంటించిన మంత్రి పొంగులేటి

ఖమ్మం: ఖమ్మం జిల్లాలో గత వారం రోజుల నుంచి భారీ వర్షం కురుస్తోంది. వానలు దంచికొడుతుండటంతో ఖమ్మం జిల్లాలోని లోతట్టు ప్రాంతాలు పూర్తిగా నీట మునిగాయి. వరద కాలనీలను నీరు ముంచెత్తడంతో ప్రజలు నరకయాతన పడుతున్నారు. ఆదివారం వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్, ఈటెల రాజేందర్, కొండా విశ్వేశ్వరెడ్డిలు పర్యటించి బాధితులకు అండగా కేంద్ర ప్రభుత్వం ఉంటుందని హామీ ఇచ్చారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో పర్యటించి బాధితులకు అండగా ఉంటానని భరోసా ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి పొంగులేటి మీడియా సమావేశం నిర్వహించారు. పొంగులేటి మీడియాతో మాట్లాడుతూ.... ఇలాంటి విపత్కర సమయంలో రాజకీయాలు

వరదబాధిత ప్రాంతాల్లో కేంద్రమంత్రుల పర్యటన

ముఖ్యం కాదని.. ప్రజలను కాపాడటమే ముఖ్యమని మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి స్పష్టం చేశారు. తిర్మలాయపాలెం మండలం రాకాసి తండాలో పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి బాధితులను పరామర్శించారు. తెలంగాణ వ్యాప్తంగా గత వారం రోజులుగా కురుస్తున్న వర్షాలకు చాలా జిల్లాలు జలమయమయ్యాయని చెప్పారు. వరదలకు నష్టపోయిన వారికి అండగా ఉండేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి మొన్న వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి, ఈరోజు కిషన్ రెడ్డి వచ్చి

వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో పర్యటించి బాధితుల నుంచి వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారని తెలిపారు. కేంద్ర బృందం వచ్చి నష్టాన్ని అంచనా వేసి పంపించాలని కిషన్ రెడ్డి సెక్రటరీకి వరద సాయంపై కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారని అన్నారు. ఇక్కడ జరిగిన విపత్తుని దేశ విపత్తుగా తీసుకోవాలని కేంద్రాన్ని మంత్రి పొంగులేటి కోరారు. ఈ సమయంలో రాజకీయాలు ముఖ్యం కాదు, ప్రజలను కాపాడటమే ముఖ్యమని.. కేంద్ర ప్రభుత్వం చేయూత ఇస్తోందని వివరించారు. తెలంగాణ అంటే గతంలో లాగా ధనిక రాష్ట్రం కాదని ప్రధాన మంత్రి నరేంద్రమోదీకి తెలియజేశామని చెప్పారు. విపత్తు మొదలైన రోజే ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి ఫోన్ చేసి అండగా ఉంటామని హామీ ఇచ్చారని గుర్తుచేశారు. ప్రజలు కష్టాల్లో ఉన్నప్పుడు ప్రధాన ప్రతిపక్షం బీఆర్ఎస్ పార్టీ శవాల మీద చిల్లర ఏరుకుంటోందని విమర్శలు చేశారు. ఇలాంటి విపత్కర పరిస్థితుల్లో ప్రతిపక్షం ప్రజలను ఆదుకోకుండా కూడా రాజకీయ లబ్ది కోసం పాకులాడుతోందని మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి ఆరోపణలు చేశారు.

జర్నలిస్టుల సమస్యలకు శాశ్వత పరిష్కారం

జర్నలిస్టు సంఘాల నాయకులు, అధికారులు హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా సిఎం మాట్లాడుతూ ..కొంతమంది జర్నలిస్టులు చీఫ్ మినిస్టర్‌ను చీఫ్ మినిస్టర్ అంటూ కుర్చీకు ఉన్న గౌరవం పోగొడుతున్నారు. వ్యక్తి నచ్చక పోవచ్చు వ్యవస్థలో గౌరవప్రదమైన పదవికి విలువ ఇవ్వాలి. ఎదుటి వారు విలువలు దాటితే మేము దాటుతాం. అక్రిడిటేషన్ విషయంలో ఈసారి కచ్చితంగా నిబంధనలు ఉంటాయి. జర్నలిస్ట్‌లకు పార్లమెంటరీ పార్టీ వ్యవస్థలో చాలా గౌరవ మర్యాదలు ఉంటాయి. ఇక్కడ ఉన్న వారు ఎలా ఉన్నారో ఆలోచన చేయాలి. కొన్ని సందర్భాల్లో చిట్‌చాట్‌లను సైతం ఇంకొకలాగా రాస్తున్నారు. గతంలో గాంధీ భవన్‌లో సన్నిహితంగా మాట్లాడిన మాటలను రికార్డు చేసిన సందర్భాలు ఉన్నాయి. అందుకోసమే జర్నలిస్ట్‌ల పట్ల జాగ్రత్తగా ఉండాల్సి వస్తోంది. ఆరోగ్య శ్రీ కార్డుల విషయంలో ఎవరికి ఎలాంటి అపోహాలు అవసరం లేదని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి స్పష్టం చేశారు.సమాజంలో జర్నలిస్ట్‌ల సమస్యలను దివంగత మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ రాజశేఖరరెడ్డి ఆనాడే గుర్తించారని తెలిపారు. 11 వందలమంది జర్నలిస్టులకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో ఇళ్ల స్థలాలు ఇవ్వడం సంతోషమని చెప్పారు. ప్రజా సమస్యలను పరిష్కరించడంలో కొంతమంది బాధ్యతగా వ్యవహరించడం లేదని అన్నారు. రాష్ట్ర విభజన లాంటి అంశాన్నే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం

సానుకూలంగా స్పందించి నిర్ణయం తీసుకుందని చెప్పారు. జర్నలిస్టుల సమస్యలు తమ ప్రభుత్వంలో త్వరగా పరిష్కరిస్తామని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి హామీ ఇచ్చారు. ఇచ్చిన హామీ మేరకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం స్థలాల స్వాధీన పత్రం అందచేస్తున్నామని అన్నారు. ఎక్కడ ఎలాంటి సమస్య ఉన్న దాని పరిష్కారానికి మాత్రమే తాము పని చేస్తామని తేల్చిచెప్పారు. వృత్తి పరమైన గౌరవాన్ని జర్నలిస్టులు పెంచుకోవాలని సూచించారు. ఇప్పటి రాజకీయాలపై సరైన అభిప్రాయం ప్రజల్లో లేదని అన్నారు.

రాజకీయాలు, రాజకీయ నాయకులు అన్న ప్రజల్లో చిన్నచూపు ఉందని తెలిపారు. కేవలం కుటుంబ సభ్యుల కోసం పని చేస్తారనే అపవాదు ప్రజల్లో ఉందని విమర్శించారు. గతంలో అసెంబ్లీ సమావేశాలు జరిగినప్పుడు లోపలికి వెళ్లే అవకాశం లేదని చెప్పారు. గతంలో ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయంలోకి వెళ్లే అంశం దేవుడేరుగు అని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి విమర్శించారు. సిద్ధాంత పరమైన అంశాల కోసం మాత్రమే అప్పట్లో రాజకీయ పార్టీలు, పత్రికలు పెట్టుకున్నాయని గుర్తుచేశారు. దీనికి నిదర్శనం కమ్యూనిస్టు పార్టీలని తెలిపారు. గత ప్రభుత్వంలో సెక్రటేరియట్‌కు ప్రజా ప్రతినిధులు కూడా వెళ్లే పరిస్థితి లేదని అన్నారు. ఈరోజు జర్నలిస్ట్‌లు సైతం సచివాలయంలోకి వెళ్లవచ్చని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. కొంతమంది జర్నలిస్ట్‌లు సెక్రటేరియట్‌లో అనవసర రాద్ధాంతం సృష్టిస్తున్నారని ఆరోపణలు చేశారు. అలాంటి జర్నలిస్ట్‌లకు విలువ లేదని స్పష్టం చేశారు. ఎవరిని చూసిన తాము యూట్యూబ్ జర్నలిస్టులమని అంటున్నారని... కొందరు ఇంకేదో జర్నలిస్టులమని చెబుతున్నారని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి వెల్లడించారు. ఇలాంటి వారిని కట్టడి చేయాల్సింది మీరేనని అన్నారు. అసలుసిసలు జర్నలిస్టులు ఎవరన్నది మీరే తేల్చండి అని అన్నారు.

సురేందర్ రెడ్డిది ముమ్మాటికీ ఆత్మహత్యే

రుణమాఫీ కాకపోవడం వల్లనే బలవన్మరణం

బిఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే హరీష్ రావు ఆరోపణ

హైదరాబాద్:మేడ్చల్ వ్యవసాయ శాఖ కార్యాలయం ఎదుట ఆత్మహత్య చేసుకున్న సురేందర్ రెడ్డిది ఆత్మహత్య కాదు.. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ హత్య అని సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే హరీశ్‌రావు పేర్కొన్నారు. రైతు రుణమాఫీకి సంబంధించిన అంశంపై హరీశ్‌రావు తెలంగాణ భవన్‌లో మీడియాతో మాట్లాడారు. రైతు రుణమాఫీ విషయంలో ఈ ప్రభుత్వం చేస్తున్న వంచన, దుర్మార్గ పద్ధతులపై, అన్నదాతల పట్ల ఆవేదనతో మాట్లాడుతున్నాను. నిన్న రైతు సురేందర్ రెడ్డి రుణమాఫీ జరగలేదని ఆత్మహత్య చేసుకున్నారు. మేడ్చల్ వ్యవసాయ శాఖ కార్యాలయం ముందు చెట్టుకు ఉరేసుకున్నాడు. 9 నెలల కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పాలన రైతుల పాలిట యమపాశంగా మారింది. దానికి సాక్ష్యం సురేంద్ రెడ్డి ఆత్మహత్య. ఆయన తన సూసైడ్ నోట్‌లో స్పష్టంగా రాశారు. బ్యాంక్ పాస్ బుక్ మీదనే సూసైడ్ నోట్ రాశారు. నా చావుకు కారణం క్రాప్ లోన్ మాఫీ కాకపోవడం. నా చావుకు కారణం క్రాప్ లోన్ చిచ్చు. సురేందర్ రెడ్డితో పాటు ఆయన తల్లి.. ఇద్దరు ఒకే రేషన్ కార్డులో ఉండడం వల్ల రుణమాఫీ కావడం లేదు. ఇద్దరికి క్రాప్ లోన్ ఉంది. రేషన్ కార్డు ఒకటే ఉండడంతో ఒక్కరికే రుణమాఫీ అవుతుందని అన్నారు. దాంతో తీవ్ర కలత చెంది సురేందర్ రెడ్డి ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడని హరీశ్‌రావు తెలిపారు. ఈ సూసైడ్ నోట్ సాక్షిగా రేవంత్ రెడ్డిని అడుగుతున్నా.. పంద్రాగస్టు నాడు రుణమాఫీ అయిపోయిందని చెప్పావు..? అయిపోతే సురేందర్ రెడ్డి ఎందుకు ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. మీరే చెప్పారు కదా రేషన్ కార్డుతో లింక్ లేదని. రుణమాఫీ గైడ్ లైన్స్ వచ్చిన రోజే అసెంబ్లీలో ప్రెస్ మీట్ పెడితే.. రేషన్ కార్డుతో లింక్ లేదని కొద్ది గంటలకు చెప్పారు. కానీ లింక్ ఉన్నది.. కాబట్టే బ్యాంక్ మేనేజర్లు రేషన్ కార్డు ప్రకారం రుణమాఫీ చేశారు. అందుకే సురేందర్ రెడ్డి ఆత్మహత్య చేసుకున్నారు. ప్రభుత్వం చెబుతున్న మాటలకు చేతలకు పొంతన లేదని స్పష్టమవుతుంది. రుణమాఫీ లబ్దిదారులను ఆంక్షల పేరుతో వేధిస్తున్నవ్. నీవు పన్నిన పన్నాగం రైతుల మెడకు ఉరి తాడైందని మండిపడ్డారు. ఈ 9 నెలల కాలంలోనే 475 మంది రైతులు ఆత్మహత్య చేసుకున్నారని మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు తెలిపారు. రేవంత్ రెడ్డిని చూసి ఊసరవెల్లులు కూడా

సిగ్గుపడుతున్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. నీ పాలన ఎలా ఉందంటే ఎన్నికల ముందు ఒక మాట, కుర్చీ ఎక్కిన తర్వాత ఒక మాట, బ్జడెట్‌లో ఒక మాట, పార్లమెంట్ ఎన్నికలకు ముందు, ఎన్నికల తర్వాత ఒక మాట..

పూటకో మాట మాట్లాడుతున్నావ్. పొద్దు తిరుగుడు పువ్వు కంటే వేగంగా మారుతున్నవ్. ఊసరవెల్లులు కూడా నిన్ను చూసి సిగ్గుపడుతున్నాయి. ఎన్నికల ముందు ఏం చెప్పవ్.. అప్పులు తెచ్చుకోండి డిసెంబర్ 9న రుణమాఫీ చేస్తా అన్నావ్.

వరదల నుంచి కోలుకుంటున్న ప్రజలు

హైదరాబాద్: ఖమ్మంలో మున్నేరు విలయంతో ఎటుచూసినా విషాద గాథలే..! ఏ వీధిలో తిరగాలన్నా అంతా బురదే..! ఏ ఇంట్లో చూసినా మట్టికొట్టుకున్న వస్తువులు, దుస్తులే..! కొందరికి ఇవీ లేవు. ఆయా ప్రాంతాల్లో ఏ ఇల్లాలిని కదిలించినా కన్నీరే. మున్నేరు ఉగ్రరూపం దాల్చి 36 అడుగుల మేర ప్రవహించడంతో నది తీరాన ఉన్న ప్రాంతాల్లో వేల ఆవాసాలు నీట మునిగాయి. ఇలా ఒకటా రెండా ఎటు చూసినా హృదయాలను కదిలించే దృశ్యాలే!. ఇప్పుడిప్పుడే అటు మున్నేరు కాస్త శాంతించగా.. ఇటు ఖమ్మం నగర వాసులు కాస్త ఊపిరిపీల్చుకుంటున్నారు. వరద బాధితులను ఆదుకునేందుకు ఎంతోమంది సినీ, రాజకీయ ప్రముఖులు ముందుకొచ్చారు. సామాన్య ప్రజలు మొదలుకుని సెలబ్రిటీలు, పలు రంగాల పెద్దలు ముందుకొచ్చి తమకు తోచినంత విరాళంగా ప్రకటించారు. వారు ప్రకటించిన సొమ్ము అంతా చెక్కులు, నేరుగా నగదు, ఆన్‌లైన్ రూపంలో ఇప్పటికే సీఎం సీఎం సహాయ నిధికి అందజేశారు. ఇక 'మేము సైతం' అంటూ తెలంగాణాలో అధికారంలో ఉన్న కాంగ్రెస్ పార్టీ ముందుకొచ్చి కొండంత సాయం చేసింది. భారీ వర్షాలతో అతలాకుతలమైన ఖమ్మంను ఆదుకోవడానికి కాంగ్రెస్ కొండంత సాయం చేసింది. వరద బాధితుల విషయంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. వరద బాధితుల కోసం రెండు నెలల జీతాన్ని ఇవ్వాలని ప్రజాప్రతినిధులు నిర్ణయించారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రజాప్రతినిధులు తమ రెండు నెలల జీతాన్ని సీఎం సహాయనిధికి ఇస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. ఇందులో పార్టీ ఎంపీలు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలతో పాటు పలు కార్పోరేషన్ల చైర్మన్లు కూడా ఉన్నారు. వీరంతా తమ రెండు నెలల జీతాన్ని సీఎం సహాయ నిధికి విరాళంగా ఇస్తున్నట్లు ప్రకటించడం జరిగింది. వీరితో పాటు ప్రభుత్వ సలహాదారులు సైతం తమ రెండు నెలలు జీతం ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధికి ఇవ్వాలని నిర్ణయించారు. కాంగ్రెస్ నేతలంతా.. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, కొత్త పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ సూచన మేరకు ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రజాప్రతినిధుల నిర్ణయం పట్ల సామాన్య ప్రజలు, వరద బాధితులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇక వరద బాధిత ప్రాంతాల్లో పరిస్థితులపై ఎప్పటికప్పుడు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సమీక్షలు నిర్వహిస్తూనే ఉన్నారు. మరోవైపు.. సహాయక చర్యలు కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. ఇక సమీక్షలు, సమావేశాలు రద్దు చేసుకుని మరీ డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క, మంత్రులు పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి, తుమ్మల నాగేశ్వరరావులు వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లోనే ఉంటున్నారు. ఇప్పటికే కేంద్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ ఖమ్మంలో పర్యటించగా.. ఆదివారం నాడు మరో కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి కూడా పర్యటించారు. వరద బాధితులను కేంద్రం తప్పకుండా ఆదుకుంటుందని భరోసా ఇచ్చారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుంచి నివేదిక వచ్చిన వెంటనే పూర్తి నిధులు వస్తాయన్నారు. వరద సాయం విషయంలో కేంద్రానికి వివక్ష లేదని.. స్టేట్ డిజాస్టర్ నిధులతో వరద బాధితులను ఆదుకోవాలన్నారు. మరోసారి తుఫాన్ ముప్పు పొంచి ఉన్నందున రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అప్రమత్తంగా ఉండాలని కిషన్ రెడ్డి సూచించారు.

తెలంగాణ సాయుధ పోరాటం వక్రీకరణ

హైదరాబాద్: తెలంగాణ సాయుధ పోరాటం చరిత్ర పుటల్లో సువర్ణ అక్షరాలతో లిఖించదగ్గదని సిపిఐ సీనియర్ నేత సురవరం సుధాకర్ రెడ్డి అన్నారు. దీనిని కొందరు వక్రీకరించి మాట్లాడుతున్నారని అన్నారు. నేడు ఈ చరిత్రకు సంబంధంలేని మతోన్మాద శక్తులు వాస్తవికతను వక్రీకరిస్తూ హిందు, ముస్లిం పోరాటంగా చిత్రీకరిస్తున్నారు. మత చాందసవాదులు కుట్రలను వక్రీకరణను తిప్పికొడుతూ తెలంగాణ సాయుధ పోరాటాన్ని వాస్తవికత చరిత్రను ప్రజల్లో విస్తృత ప్రచారం చేసి తెలంగాణను లౌకిక ప్రజాస్వామ్యం వైపు నడిపించాలని సీపీఐ మాజీ జాతీయ కార్యదర్శి సురవరం సుధాకర్ రెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. బషీర్‌బాగ్ ప్రెస్ క్లబ్‌లో సీపీఐ హైదరాబాద్ జిల్లా సమితి ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ సాయుధ పోరాట చరిత్రను నాలుగు భాషలు ముద్రించి ప్రచురించిన బుక్‌లెట్‌ను ఆవిష్కరిం చారు. అంతకుముందు తెలంగాణ సాయుధ పోరాట సేనాని కామ్రేడ్ రావి నారాయణరెడ్డి వర్ధంతి సందర్భంగా ఆయన చిత్రపటానికి నివాళులు ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ప్రజలకు, ప్రజాపీడకులైన దొరలు, దేశముఖ్ లకు మధ్య జరిగిన తెలంగాణ సాయుధ పోరాట చరిత్రను వక్రీకరిస్తూ మతం రంగు అద్దుతున్నారు. తెలంగాణ సాయుధ పోరాట వాస్తవిక గాథ నేటి యువతరానికి తెలియాల్సి ఉంది. వేల ఎకరాల భూములు ఆక్రమణకు గురయ్యాయి. మహిళలపై అఘాయిత్యాలు జరిగేవి మాట వినకపోతే క్రూరమైన శిక్షలు విధించేవారు. ఈ కష్టాల కడలి నుంచి బయటపడాలని ఆలోచిస్తున్న క్రమంలో ఆంధ్రమహాసభ ఉద్యమం ప్రారంభ మైందన్నారు. కమ్యూనిస్టు పార్టీ గ్రామాల్లో ప్రజలను సంఘటితం చేసి, భూస్వామ్య వ్యతిరేక పోరాటాన్ని నిర్మించింది.

ముంపు బాధితులకు ఆహారం, మంచినీరు సరఫరా

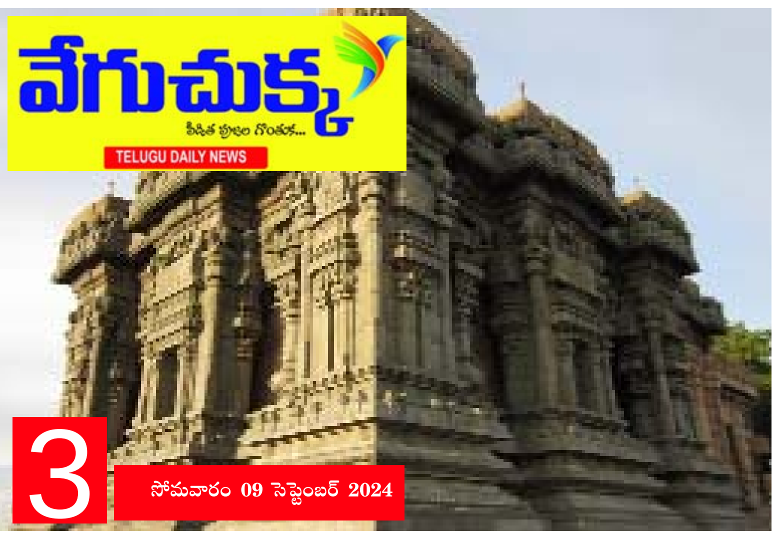
విజయవాడ: వరద ముంపు బాధితులకు ఆహారం, మంచినీరు సరఫరా చేస్తున్నామని.. విజయవాడలో ఇంకా కొన్ని చోట్ల నీరు నిల్వ ఉందని ఏపీ మంత్రి వంగలపూడి అనిత వెల్లడించారు. ఉదయం అల్పాహారం, మంచినీరు, పాల ప్యాకెట్లు సరఫరా చేశామన్నారు. విజయవాడలో ఆమె విలేకర్లతో మాట్లాడుతూ వైకాపా నేతలపై విమర్శలు గుప్పించారు. ముంపు కాలనీల్లో తమ ప్రభుత్వం చేస్తున్న సాయంపై ఆరోపణలు చేయడం సరికాదని వ్యాఖ్యానించారు. విజయవాడలోని ముంపు కాలనీల్లో 170 వాటర్ ట్యాంకులతో మంచినీటిని సరఫరా చేస్తున్నాం. ఆ వాహనాలు వందల ట్రిప్పులు తిరుగు తున్నాయి. ఉదయం అల్పాహారం, మంచినీరు, పాల ప్యాకెట్లు సరఫరా చేశాం. ఇప్పటి వరకు 27వేలకుపైగా ఇళ్లలో బురదను అధికారులు తొలగించారు. డ్రోన్లతో ఆహారం సరఫరాతోపాటు క్లోరినేషన్ చేపట్టాం. కేవలం డ్రోన్లతోనే లక్షకుపైగా ఆహార పొట్లాలను పంపించాం. సీఎం చంద్రబాబు పండగ కూడా జరుపుకోకుండా శ్రమిస్తున్నారు. అయినా ప్రతిపక్ష నేతలకు ఇవేవీ కనిపించడం లేదు. కలెక్టరేట్‌లోనే ఉండి సహాయక చర్యలను పర్యవేక్షిస్తున్నారు. మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు మూడు రోజుల పాటు బుడమేరు వద్దే కూర్చున్నారు. నిద్రాహారాలు లేకుండా గండ్లను పూడ్చివేయించారు. వైకాపా అధినేత వైఎస్ జగన్ మాత్రం పేటీఎం బ్యాచ్‌ను దింపి విషప్రచారం చేయిస్తున్నారు. జగన్ సొంత డబ్బుతో కనీసం పులిహోర ప్యాకెట్ కూడా ఇవ్వలేదు. బెంగళూరులో కూర్చుని పులిహోర కబుర్లు మాత్రం చెబుతున్నారు. ప్రకాశం బ్యారేజీలోకి కొట్టుకొచ్చిన బోట్లపై అనుమానాలు ఉన్నాయి. ఇక సోషల్ మీడియాలో ప్రచారం జరుగుతున్నట్లుగా.. వినాయక

మండపాలకు ఎలాంటి చలాన్లు విధించలేదు. మండపాలకు డబ్బులు వసూలు చేసే జీవోను జగన్ ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిందే. సీఎం చంద్రబాబుకు విషయం తెలియగానే రూపాయి కూడా వసూలు చేయొద్దన్నారని అనిత వెల్లడించారు.

170 వాటర్ ట్యాంకులతో మంచినీటిని సరఫరా

విమర్శలు చేయడమే వైకాపా నేతల పని

మండిపడ్డ హోంమంత్రి వంగలపూడి అనిత



గల్ఫ్ ప్రాంత ఎమ్మెల్యే, ఏమ్మెల్సీలతో సమావేశంకు వినతి.

- సీఎం సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డిని కలిసిన బృందం.

వేగుచుక్క న్యూస్, హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 8:

గల్ఫ్ సంక్షేమ బోర్డు, ఎన్నారై పాలసీ ఏర్పాటు ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని టీపీసీసీ ఎన్నారై సెల్ ప్రతినిధి బృందం ఆదివారం సీఎం సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డిని హైదరాబాద్ లోని ఆయన నివాసంలో కలిసి వినతి పత్రం సమర్పించారు. నిజామాబాద్ రూరల్ ఎమ్మెల్యే డా. ఆర్. భూపతి రెడ్డి, ఆర్మూర్ అసెంబ్లీ కాంగ్రెస్ ఇంచార్జి పి. వినయ్ కుమార్ రెడ్డి, టీపీసీసీ ఎన్నారై సెల్ చైర్మన్ అంబాసిడర్ డా. బిఎం వినోద్ కుమార్, గల్ఫ్ జెఏసి నాయకులు మంద భీంరెడ్డి , చెన్నమనేని శ్రీనివాస రావు తో వేం నరేందర్ రెడ్డి చర్చించారు. త్వరలో గల్ఫ్ ప్రభావిత ప్రాంతాల ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీ మరియు ఇంచార్జి లతో ప్రభుత్వం ఒక ఉన్నత స్థాయి సమావేశం ఏర్పాటు చేస్తుందని వేం నరేందర్ రెడ్డి తెలిపారు. సెప్టెంబర్ 17 లోగా గల్ఫ్ సంక్షేమంపై ప్రభుత్వం ఒక నిర్ణయం తీసుకుంటుందని ఆయన అన్నారు.

విద్యార్థులను "క్రమశిక్షణ" గల పౌరులుగా తీర్చిదిద్దాలి.

ఆర్మూర్ ఏసిపి బసవ రెడ్డి పిలుపు.

ఆర్మూర్ మండల ప్రైవేట్ స్కూల్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా ఉపాధ్యాయ దినోత్సవం.

వేగుచుక్క న్యూస్, ఆర్మూర్, సెప్టెంబర్ 8:

విద్యార్థులకు చదువుతో పాటు క్రమశిక్షణ గల పౌరులుగా ఉపాద్యాయుల తీర్చిదిద్దాలని ఆర్మూర్ ఏసిపి బసవ రెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. పట్టణం లోని పేర్కిట్ లో గల జిఆర్ గార్డెన్ లో ఆదివారం ఆర్మూర్ మండల ప్రైవేట్ స్కూల్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో గురుపూజోత్సవ కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ఆర్మూర్ ఏసిపి బసవ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థుల్లో ఉన్న ప్రతిభను గుర్తించి వెలికి తీసి వారిని చదువులోనే కాకుండా సమాజం పై అవగాహన పెంచాలన్నారు. దేశ భవిష్యత్తు తీర్చి దిద్దే బాధ్యత ఉపాద్యాయుల పై ఉందని అన్నారు. ఉపాద్యాయ వృత్తి ఎంతో పవిత్రమైనదని, దానిని వ్యాపార దృక్పథంతో చూడకూడదని అన్నారు. ప్రైవేట్ పాఠశాలల్లో చదువుతున్న విద్యార్థులు ఎక్కువ శాతం రాణిస్తున్నారని అన్నారు. దానికి కారణం నిబద్ధత గల ఉపాధ్యాయులు ఉండడంతో పాటు ప్రైవేట్ పాఠశాలల యాజమాన్యాలు విద్యార్థులకు అవసరమైన అన్ని సదుపాయాలు సమకూర్చడం కూడ కారణం అన్నారు.

ఉపాధ్యాయులకు ఘన సన్మానం.

ప్రఖ్యాత శిక్షకులు శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఉపాధ్యాయులకు బోధన అంశాలపై మెలకువలను నేర్పించారు. ప్రైవేట్ పాఠశాలల నుండి సుమారు 40 మంది ఉపాధ్యాయులను ఉత్తమ ఉపాధ్యాయులుగా ఎంపిక చేసి వారిని ఘనంగా సన్మానించారు. వివిధ పాఠశాలలకు చెందిన విద్యార్థులు చేసిన నృత్యాలు ఆహుతులను అలరించాయి. ఈ కార్యక్రమంలో ట్రస్మా రాష్ట్ర స్పోక్స్ పర్సన్ జయసింహ గౌడ్, జిల్లా అధ్యక్షుడు నిత్యానందం, ఆర్మూర్ మండల ప్రైవేట్ పాఠశాలల అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు భరత్ చంద్ర మల్లయ్య, కార్యదర్శి ప్రవీణ్ లోటస్, కోశాధికారి స్కాలర్స్ వేణు, కార్యక్రమం కన్వీనర్ మానస గణేష్, రాష్ట్ర వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కాంతి గంగారెడ్డి, రాష్ట్ర ఎలక్షన్ కమిటీ మెంబర్ భాషిత సుందర్, కమిటీ మెంబర్ జెంటిల్ కిడ్స్ ప్రకాష్, జిల్లా కార్యదర్శి అరుణ్, నలంద ప్రసాద్, సాగర్, విద్యా గోపి, శ్రీ హై స్కూల్ మల్లేష్, సెంట్పల్ బబ్లూ, ఆర్మూర్ మండల ప్రైవేట్ స్కూల్స్ పాఠశాలల కరస్పాండెంట్లు, ఉపాధ్యాయుని, ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

ఉద్యమ "సాహిత్య పరిశోధ"నే డాక్టర్ కె.ముత్యం జీవితం.

ప్రజా సాహిత్య రచనల్లో ఆణిముత్యం, చిరస్మరణీయుడు.

న్యూడెమోక్రసీ కేంద్ర కమిటీ సభ్యులు వేములపల్లి వెంకటరామయ్య.

వేగుచుక్క న్యూస్, నిజామాబాద్, సెప్టెంబర్ 8:

ఉద్యమ "సాహిత్య పరిశోధ"నే డాక్టర్ కె.ముత్యం జీవితంగా బతికాడని, ప్రజా సాహిత్య రచనల్లో ఆయన ఆణిముత్యం, చిరస్మరనీయుడని సీపీఐ (ఎం ఎల్) న్యూడెమోక్రసీ కేంద్ర కమిటీ సభ్యులు వేములపల్లి వెంకటరామయ్య అన్నారు. డాక్టర్ కే .ముత్యం సంస్మరణ సభ నగరంలోని బస్వా గార్డెన్ లో న్యూడెమోక్రసీ పార్టీ జిల్లా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం నిర్వహించారు. సంస్మరణ సభకు పార్టీ జిల్లా కార్యదర్శి ఆకుల పాపయ్య అధ్యక్షత వహించగా, ముఖ్య అతిథిగా వేములపల్లి వెంకటరామయ్య హాజరై మాట్లాడారు. కె. ముత్యం శ్రీకాకుళ ఉద్యమ సాహిత్యం, సర్వదేవభట్ల, రామనాథం, సుబ్బారావు, ప్రాణిగ్రహి జీవిత చరిత్ర, చిందుల ఎల్లమ్మ, తెలంగాణ శాస్త్రాలు, పిండిప్రోలు లాంటి అనేక పుస్తకాలను భవిష్యత్ తరాల కోసం ప్రచురించి అందించాడనీ అన్నారు.

చదువుకునే రోజుల్లో ఉస్మానియా యూనివర్సిటీ ఆర్ట్స్ కళాశాల అధ్యక్షులుగా పనిచేయడం తో పాటు, ప్రజా సమస్యలపై అనేక ప్రజా పోరాటాలు చేశాడని అన్నారు. మార్క్సిస్టు దృక్పథంతో అనేక పుస్తకాలు రచించారని, గత నాలుగు దశాబ్దాలుగా ఉద్యమ సాహిత్య పరిశోధన జీవితంగా బతికాడని పేర్కొన్నారు. ప్రజా దృక్పథంతో గతితార్కికాన్ని విశ్లేషించాడని, గొప్ప వివేచనతో గతాన్ని వర్తమానానికి అన్వయించాడని గుర్తు చేశారు. పరిశోధకుడిగా డాక్టర్ ముత్యానికి ఉత్తరాంధ్రకి పెనవేసుకొని ఉన్న బంధం విడదీయరానిది అన్నారు. నూతన ప్రజాస్వామిక దృక్పథంతో సామాజిక నిబద్ధతతో నికార్సయిన విప్లవ ఉద్యమస్ఫూర్తితో ముత్యం చేసిన సాహిత్య, సంస్కృతిక పరిశోధనలను కొనసాగిస్తూ, అతను స్వాసించిన మానవీయ ఆశయాల సాధనకు కృషి చేయడమే ఆయనకు మన అందించగల నిజమైన నివాళి అని అన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ముత్యం కుమార్తె ప్రత్యూష జమిని, జంపాల చంద్రశేఖర్ ప్రసాద్ మేనేజింగ్ ట్రస్టి గొర్రెపాటి మాధవరావు, సిపిఐ ఎం ఎల్ న్యూడెమోక్రసి కేంద్ర కమిటీ సభ్యులు జే వీ చలపతిరావు, మాజీ ప్రొఫెసర్ వినాయక్ రెడ్డి, పొద్దు ఎడిటర్ బైస రాందాస్, డాక్టర్ సరిత, న్యూ డెమోక్రసీ నాయకులు దాసు, వేల్పూర్ భూమయ్య, గౌతం కుమార్, పరుచూరి శ్రీధర్, నీలం సాయిబాబా, సూర్య శివాజీ పాల్గొన్నారు.

నియంతృత్వంపై తిరుగబాటు !

శ్రీలంక తరవాత ఇప్పుడు బంగ్లాదేశ్..ఈ రెండు దేశాలు ప్రపంచానికి ఓ పాఠం చెప్పాయి. నేతల నియంతృత్వ ధోరణలు..ప్రజల ఆకాంక్షలను పట్టించుకోని తీరును ప్రపంచానికి తెలియచేశాయి. చరిత్ర తిరగేస్తే..నియంతలకు స్థానం లేదని ఎప్పుడూ నిరూపిస్తూనే ఉంది. బంగ్లా ప్రధాని షేక్ హసీనా నియతృత్వ పోకడలు ఆమెనే గద్దె దించాయి. దేశ విముక్తి పోరాటంలో పాల్గొన్న వారికి రిజర్వేషన్ల పేరుతో తన పార్టీ వారికి లబ్ది చేకూర్చే విధంగా చేసిన యత్నాలు బెడిసికొట్టాయి. ప్రజల్లో వస్తున్న వ్యతిరేకతను గుర్తించకుండా మొండిగా, నిరంకుశంగా నిర్ణయాలు తీసుకున్నారు. బంగ్లా సుప్రీంకోర్టు రిజర్వేషన్ల కోటాను తగ్గించినా ప్రజల్లో ఆగ్రహం చల్లారలేదు. దీనికితోడు నేతు విలాసాలకు అలవాటు పడుతున్నారు. ప్రజల సొమ్ముతో జల్సాలు చేస్తున్నారు. ఇది ప్రజల్లో ఆగ్రహానికి కారణం అవుతోంది. అదే బంగ్లాదేశ్‌లో తిరుగు బాటుకు బీజం వేసింది. గత కొన్ని వారాలుగా బంగ్లాదేశ్‌లో వేగంగా మారుతున్న రాజకీయ పరిణామాలను పొరుగుదేశాలు, స్నేహితులు గమనిస్తున్నారు. బంగ్లాదేశ్ ప్రధానిగా సుదీర్ఘకాలం పనిచేసన షేక్ హసీనా గతంలో సంక్షోభాలను ఎదుర్కొన్నట్లుగానే ఈ సమస్యను కూడా పరిష్కరించగలరా అని అనుమానాలు వ్యక్తం అయ్యాయి. ఎందుకంటే పరిస్థితులు దిగజారుతున్నా పట్టించుకోకుండా ముందుకు వెళ్లారు. అందుకు తగిన మూల్యం చెల్లించుకోక తప్పలేదు. బతుకుజీవుడా అంటే దేశం విడిచి పెట్టా పారిపోవాల్సి వచ్చింది. గతంలో శ్రీలంక ప్రధాని కూడా ఇలాగే పారిపోయారు. స్వేచ్ఛ, నిష్పక్షపాతమైన, విశ్వసనీ యమైన ఎన్నికల ద్వారా 2009లో షేకహేసీనా అధికారం చేపట్టారు. అయితే ఆ తర్వాత 2014, 2018 మరియు 2024లో ఎన్నికలు వివాదాస్పదమైనప్పటికీ.. అధికారాన్ని చేపట్టారు. తన తండ్రి షేక్ ముజీబ్ర్ రహమాన్ ప్రతిష్టను అడ్డం పెట్టుకుని ఆమె రాజ్యమేలారు. అయితే దేశంలో అనూహ్యంగా రాజకీయ పరిణామాలు మారిపోయాయి. 15 ఏళ్ల సుదీర్ఘపాలనను ముగిస్తూ సోమవారం ఆమె ప్రధాని పదవికి రాజీనామా చేశారు. ఉద్యోగాల్లో కోటాను వ్యతిరేకిస్తూ శాంతియుతంగా ప్రారంభమైన విద్యార్థుల నిరసనలు వేగంగా దేశవ్యాప్త ఆందోళనలుగా మారాయి. స్వదేశంలో విదేశాలలో షేక్ హసీనా సాధించిన ఆర్థికాభి వృద్ధిని కప్పిపుచ్చుతూ, ఆమె నిరంకుశత్వం, అవినీతి, బంధుప్రీతిపై అంసతృప్తిని బహిర్గతం చేశాయి. ఓవైపు దేశంలో ప్రజాస్వామ్య విలువలు, పౌరహక్కులను హరించివేస్తూ, మరోవైపు ఆర్థిక పురోగతి సాధించినంత మాత్రాన ఆ నేత ప్రజాదరణను పొందలేరని ఈ పరిణామాలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి. రిజర్వేషన్ల కోటాను వ్యతిరేకిస్తూ విద్యార్థులు చేపట్టిన శాంతియుత నిరసనలు, వివాదాస్పద రాజకీయ పరిణామాలుగా మారాయి. అయితే ఈ నిరసనలను అణచివేసేందుకు ఆమె సైన్యాన్ని రంగంలోకి దింపారు. దీనిపై ప్రజాగ్రహం పెల్లుబికింది. కర్ఫ్యూ, షూట్ ఎట్ సైట్ ఆదేశాలు, ఇంటర్నెట్‌పై నిషేధం ఉద్యమాలను మరింత ఉధృతం చేశాయి. ప్రదర్శనకారులను 'రజాకార్లు' అని హసీనా పేర్కొనడం ఉద్రిక్తతలను మరింత పెంచింది. ఈ ఉద్యమాలకు విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు, సామాజిక సంస్థలు సహా సమాజం లోని విభిన్న వర్గాలు మద్దతు ప్ర కటించాయి. తమ డిమాండ్లు నెరవేరేంతవరకు ప్రధానితో చర్చలకు విద్యార్థులు నిరాకరించారు.ప్రజాస్వామ్య విలువలు, పౌరహక్కులను తుంగలో తొక్కి కేవలం ఆర్థికాభివృద్ధికి మాత్రమే ప్రాధాన్యత నిచ్చే నేతలకు షేక్ హసీనా పతనం ఉదాహరణగా నిలిచింది. ఆమె తండ్రి జైలు శిక్ష అనుభవించినప్పటికీ దేశం విడిచి పారిపోలేదు. హసీనా నిష్క్రమణ బంగ్లాదేశ్ రాజకీయాల్లో గణనీయమైన మార్పును సూచిస్తుంది. హసీనా తన పదవికాలంలో లిఖించదగిన ఆర్థికాభివృద్ధి ని సాధించారు. ప్రపంచం లోనే అత్యంత పేదరిక దేశంగా ఉన్న బంగ్లాదేశ్ ..ఆమె హయాంలో ఆ ప్రాంతంలోనే వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న ఆర్థికవ్యవస్థ గా రూపాంతరం చెందింది. పొరుగునే ఉన్న భారతదేశాన్ని కూడా అధిగమించింది. దశాబ్ద కాలంలో దేశ తలసరి ఆదాయం మూడింతలైంది. గడిచిన 20 ఏళ్లలో దేశంలో 25 మిలియన్లకు పైగా ప్రజలు పేదరికం నుండి బయటపడ్డారని ప్రపంచ బ్యాంకు అంచనా వేసింది. హసీనా ప్రభుత్వం దేశీయ నిధులు, రుణాలు అభివృద్ధి నిధుల సాయంతో గంగానదిపై 2.9 బిలియన్ డాలర్ల పద్మ వంతెనవంటి ప్రతిష్టాత్మకమైన ప్రాజెక్టులను చేపట్టారు. అయితే ఈ ఆర్థికాభివృద్ధి గణనీమైన ఖర్చుతో కూడుకుంది. దీంతో 2014, 2018 మరియు 2024లో జరిగిన పార్లమెంటరీ ఎన్నికలు తక్కువ ఓటింగ్, హింస, ప్రతిపక్ష పార్టీల బహిష్కరణల మధ్య జరిగాయి. భయం,అణచివేత వాతావరణాన్ని సృష్టించి, నియంత్రణను కొనసాగించడానికి హసీనా ప్రభుత్వం పూర్తి సైన్యాన్ని వినియోగించింది. 2018లో అమలు చేసిన డిజిటల్ భద్రతా చట్టం విమర్శకుల గొంతుకను అణిచివేసేందుకు, ముఖ్యంగా ఆన్‌లైన్‌లో భావ ప్రకటనా స్వేచ్ఛను అణచివేయడానికి ప్రభుత్వానికి, అధికార పార్టీ కార్యకర్తలకు శక్తివంతమైన ఆయుధంగా మారింది. పత్రికా స్వేచ్ఛ దెబ్బతినింది.

హసీనా తన అధికార స్థానాన్ని సుస్థిరం చేసుకోవడంతో పౌర హక్కులు, క్రమపద్ధతిలో అణచివేసారు. ఆర్థిక వ్యవస్థ అభివృద్ధి చెందుతున్న సమయంలోనే ప్రజలమధ్య ఆర్థిక అసమానతలు పెరిగాయి. బ్యాంకు మోసాలు పెరిగాయి. రుణ ఎగవేతదారుల జాబితా పెరిగింది. సిఎల్‌సి పవర్, వెస్టర్న్ మెరైన్ షిప్‌యార్డ్ రెమెక్స్ ఫుట్‌వేర్ వంటి కంపెనీలు దీవాలతీసిన జాబితాలో అగ్రస్థానంలో నిలిచాయి. 965 కోట్ల నుండి 1,649 కోట్ల బంగ్లాదేశ్ టాకాల వరకు మొండి బకాయిలు పెరిగాయి. పెరుగుతున్న ఆర్థిక అసమానతలు, ప్రబలమైన అవినీతి, మొత్తం ఆర్థిక పురోగతి ఉన్నప్పటికీ ప్రజల్లో అసంతృప్తికి ఆజ్యం పోసింది. నియంతలకు ఇది గుణపాఠం కావాలి.

"ఆర్ఎస్ఎస్" కుల జనగణనకు మద్దతు... బిసి ఉద్యమ విజయానికి తొలిమెట్టు.

కారణం ఏదైనా కావచ్చు ఆర్ఎస్ఎస్ లాంటి సంస్థ కుల జనగణన చేయాలని ముందుకు రావడం... బీసీ కులాల ఉద్యమ విజయానికి తొలి మెట్టు లాంటిదే. ఇంతకాలం కుల జనగణన అవసరం లేదని, అసలు రిజర్వేషన్లనే సమీక్షించాలని గతంలో బీహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల సందర్భంగా అర్ఎస్ఎస్ డిమాండ్ చేసిన విషయం తెలిసిందే.

ఇటీవల కాలంలో కేరళ రాష్ట్రంలో మూడు రోజుల పాటు జరిగిన జాతీయ సమావేశలలో కుల జనగణన జరపడం అనివార్య పరిస్థితులు ఏర్పడ్డాయని గుర్తించిన నాగ్ పూర్ పెద్దలు కుల జనగణన జరపాలని ముందుకు రావడం గమనార్హం.

గత పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో ఇండియా కూటమిలోని ప్రధాన భాగస్వామి అయిన కాంగ్రెస్ పార్టీ మాజీ అధ్యక్షులు రాహుల్ గాంధీ లేవనెత్తిన కుల జనగణన, 50% రిజర్వేషన్ల పరిమితిని ఎత్తివేయాలని డిమాండ్ కు బిజెపి దాని మిత్రపక్షాలకు పెద్ద రాజకీయ సవాల్ గా మారిందడానికి, బిజెపి సైద్ధాంతిక రాజకీయ నాగపూర్ కేంద్ర పెద్దలు గమనించడానికి ఎంతో కాలం పట్టలేదు.

✍ కుల జనగణన జరిపే ప్రసక్తే లేదని సుప్రీంకోర్టులో అఫిడవిట్ దాఖలు చేసిన బిజెపి కేంద్ర ప్రభుత్వానికి, సైద్ధాంతిక రాజకీయ కేంద్రమైన రాష్ట్రీయ స్వయం సేవక్ సంఘ్ (అర్ఎస్ఎస్) కుల జనగణన జరపాలని ప్రకటించడం దేశంలో పెరుగుతున్న బిసి కులాల ఉద్యమ విజయానికి ప్రతీకగా చెప్పకతప్పదు. కుల జనగణన జరపాలని జనాభా దామాషా ప్రకారం చట్టసభల్లో బిసి కులాలకు రిజర్వేషన్ అమలు చేయాలని ఆర్ఎస్ఎస్ కోరితే వద్దంటామా... అనలేము.

బీహార్ లో 64శాతం బీసీలు.

✍ గత సంవత్సరం బీహార్ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కుల జనగణన నిర్వహిస్తే బిసి కులాల జనాభా 64% ఉన్నట్లు లెక్కలు తేల్చాయి. ఆ లెక్కన దేశం మొత్తంలో కుల జనగణన నిర్వహిస్తే కచ్చితంగా బిసి కులాల జనాభా 60 నుండి 65% ఉన్నట్లు తేలుతుంది. కుల జనగణన నిర్వహించడం తమ వల్ల సాధ్యం కాదని దేశ సర్వోన్నత న్యాయస్థానానికి అఫిడవిట్ దాఖలు చేసి చేతులు దులుపుకుంది బిజెపి. కానీ ఆర్ఎస్ఎస్ నిర్ణయం తో ఇప్పుడు కేంద్ర ప్రభుత్వానికి తప్పనిసరిగా కుల జనగణన నిర్వహించడం తప్ప మరో మార్గం లేదు. తన సైద్ధాంతిక రాజకీయ మాతృ సంస్థ ఆర్ఎస్ఎస్ సహకారం లేకుండా బిజెపి ఈ దేశంలో రాజకీయ మనుగడ సాగించడం అసాధ్యం. కాబట్టి దేశ జనాభాలో దాదాపు 65% ఉన్న బిసిలను కాదనే ధైర్యం ఏ రాజకీయ పార్టీ చేయదు, చేయబోదు.

కుల జనగణన జరపాలని, చట్టసభల్లో బీసీలకు జనాభా దామాషా ప్రకారం రిజర్వేషన్లు అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ అన్ని శక్తులను, సంస్థలను కలుపుకొని ఉద్యమించాల్సిన అవసరం ఉందని కోరుతూ...

దండి వెంకట్,
బహుజన లెఫ్ట్ పార్టీ- బిఎల్పి, (బహుజన కమ్యూనిస్టు),
తెలంగాణ రాష్ట్ర కమిటి, హైదరాబాద్.
8-9-2024

తెలుగు రాష్ట్రాల సమస్యలపై సత్వరం స్పందించాలి

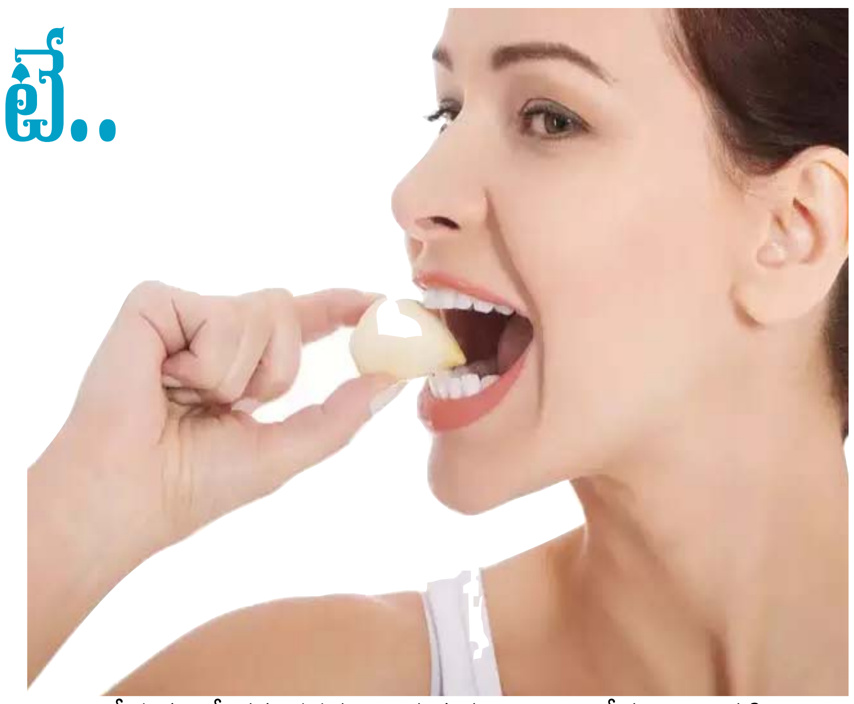
పేరుకు ఎన్‌డిఎ ప్రభుత్వం అయినా పూర్తి మెజార్టీతో బిజెపికి ఉండడంతో గత పదేళ్లుగా బిజెపి చెప్పిన విధంగానే ప్రభుత్వం నడిచింది. ఇంతకాలం దాని మాటే సాగుతూ వచ్చింది. అయితే ఇప్పుడు ఎన్‌డిఎ పక్షాలది పైచేయిగా ఉంది. ఈ క్రమంలో బడ్జెట్‌కు ముందు ఇరు తెలుగు రాష్ట్రాల సిఎంలు, మంత్రులు ప్రధాని మోడీ సహా, కేంద్రమంత్రులను కలిశారు. బడ్జెట్‌లో కేటాయింపులు పెంచాలని కోరారు. విభజన సమస్యలను పరిష్కరించాలని విన్నవించారు. తెలంగాణ పరిస్థితి ఎలా ఉన్నా ఎపి సిఎం చంద్రబాబు మాటకు విలువ ఇస్తారా లేదా అన్నది చూడాలి. నష్టపోయిన ఎపిని ఆదుకోవాలని చంద్రబాబు అభ్యర్థిం చారు. గత రెండ్రోజులుగా ఢిల్లీలో మకాం వేసిన చంద్రబాబు ప్రధాని మోడీ, నిర్మలా సీతారామన్, రాజ్‌నాథ్ సింగ్, నడ్డా తదితరులను కలిసి ఎపికి ఇతోథిక సాయం అందించాలని కోరారు. ఇదే తరహాలో తెలంగాణ సిఎం రేవంత్ రెడ్డి కూడా ప్రధాని మోడీ, కేంద్రమంత్రులను కలిసి విన్నవించారు. ఇలాంటి విషయాల్లో ఇక దాటవేత ధోరణులు పనికిరాదు. నేరుగ ఆసాయం అందించాలి. ఇరు తెలుగు రాష్ట్రాల పురోగతికి తోడ్పడాలి. ఇంతకుముందు మిత్రపక్షాలుగా ఉన్న కొన్ని పార్టీలు కేవలం నామమాత్రంగా ప్రభుత్వంలో కొనసాగాయి. దీంతో మోడీ నిర్ణయాలను ప్రశ్నించలేక పోయారు. ఇప్పుడలా ఉంటుందా లేదా అన్నది త్వరలోనే తేలనుంది. బడ్జెట్ కేటాయింపులతో పాటు, రాష్ట్రాలు ప్రతిపాదించే అంశాలకు ఏ మేరకు విలువ ఇస్తారన్నది కూడా చూడాలి. తెలంగాణ సిఎం రేవంత్ రెడ్డి కూడా ప్రధాని మోడీని, కేంద్రమంత్రులను కలిసి పలు అంశాలను ప్రస్తావించారు. ఇవి ఏ మేరకు అమలు చేస్తారన్నది కూడా చూడాలి. గతంలో ఎన్‌డిఎ పక్షాల సమావేశాలు..చర్చలు ఉండేవి. వాజ్‌పేయ్ హయాంలో అన్ని పక్షాలను కలుపుకుని పోయే అవకాశం ఉండేది. పార్టీలో కూడా చర్చలు ఉండేవి. కానీ మోడీ పగ్గాలు చేపట్టాక గత పదేళ్లలో అలాంటి అవకాశం లేదు. పార్టీలోనూ, ప్రభుత్వంలోనూ ఏకపక్ష నిర్ణయాలపై ఎవరిని అడగాలో ఎవరికీ తెలియదు. పూర్తి మెజార్టీతో నరేంద్రమోడీ అధికారం చేపట్టిన తరవాత పదేళ్లుగా ఎన్‌డిఎ పార్టీలకు సంకటంగా మారింది. సొంత పార్టీలోనూ ఆయనను ఎదరించేవారు కరువయ్యారు. దీంతో ప్రధానిగా మోడీ నిర్ణయాలు తీసుకుం టున్నారే తప్ప వాటి పర్యవసానాలను పరిశీలించలేదు. దీంతో ప్రజలు ఇబ్బందులు పడుతున్నా వాటిని పట్టించుకోకుండా ఆర్థిక సంస్కరణల పేరుతో బురిడీ కొట్టించారు. ఇప్పుడు ఎన్‌డిఎ పక్షాలది కొంత మెరుగ్గా ఉంది. వారికి ప్రశ్నించే అవకాశం ఉంది. ముఖ్యంగా ఎపి సిఎం చంద్రబాబు, పవన్ కళ్యాణ్‌లు నిలదీసే అవాకాశం ఉంది. నితీశ్ కుమార్‌కు కూడా అంతే అవకాశం ఉంది. ఈ క్రమంలో ఆయా రాష్ట్రాలు ప్రతిపాదించే అంశాలను మోడీ ఎలా పరిష్కరిస్తారో చూడాలి. అమరావతి నిర్మాణం, పోలవరం, విశ్వాఖ ఉక్కు ఫ్యాక్టరీల విషయంలో వ్యూహం ఎలా ఉండబోతున్ననేది చూడాలి. మోడీ ఏకపక్ష నిర్ణయాల కారణంగానే మొన్నటి ఎన్నికల్లో ప్రజలు తగిన విధంగా తీర్పు ఇచ్చారు. అయితే తనకు బలముందున్న ధోరణి ప్రవర్తిస్తే ప్రజలు తమకు సమయం వచ్చినప్పుడు తమ నిర్ణయం తీసుకంటారని రుజువు చేశారు. దేశంలో దారుణమైన పరిస్థితులు ఉన్నాయి. వ్యక్తిగతంగా నష్టపోయే ప్రమాదేమీ మోడీకి లేకపోవచ్చు. ఇలా ఒంటెద్దు పోకడలతో పోతే నష్టపోయేది బిజెపి మాత్రమే. నియంతృత్వ పోకడలు విడనాడకుంటే వాజ్‌పేయి, అద్వానీ లాంటి అతిరథ మహారథులు తీర్చిదిద్దిన బిజెపికి ఎదురీత తప్పకపోవచ్చు. తెలంగాణలో బిజెపిని వ్యతిరేకించే వారు మళ్లీ కాంగ్రెస్ పంచన చేరుతున్నాయని, వ్యక్తులు కూడా చేరుతారని గమనించాలి. పప్పు ముద్దంటూ రాహుల్ ను ఇంతకాలం విమర్శిస్తూ వచ్చిన నేతలకు కర్నాటక ఫలితాలు చెంపదెబ్బకొట్టి చూపాయి. ఈ ప్రమాదాలను బిజెపి ద్వయం గుర్తించడం లేదు. ఇంకా కాంగ్రెస్‌ను విమర్శిస్తూ పోవడం

కన్నా ప్రజలను గుర్తించి పనిచేసుకుంటూ పోవాలి. ఇకపోతే పెద ధోరణిలో మోడీ కూడా మిత్రపక్షాలను పెద్దగా పట్టించుకోకపోతే ముప్పు వాటిల్లే ప్రమాదం లేకపోలేదు. ఇకనుంచయినా ఎన్‌డిఎ పక్షాలతో చర్చించి నిర్ణయాలు తీసుకోవడం మంచిది. ఆంధ్రప్రదేశ్ పునర్వ్యవస్థీకరణ చట్టంలో ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చకపోవడంపై గతంలో టీడీపీ అసంతృప్తి వ్యక్తం చేసినా దానికి తగ్గట్లుగా కార్యాచరణకు దిగలేదు.

వాజపేయి హయాంలో ఎన్డీఏ నిర్మాణం జరిగినా అప్పుడు రాష్ట్రాలకు విలువ ఉండేది. కానీ మోదీ అధికారంలోకి వచ్చాక రాష్ట్రాలకు అవకాశాలు దక్కడం లేదు. ప్రధాని మోదీ అనుసరిస్తున్న నిరంకుశ నిర్లక్ష్య వైఖరి వల్లే ఈ పరిస్థితి తలెత్తింది. విపక్షాలు ఏకతాటిపైకి రావడంతో బీజేపీకి కొంత బలం తగ్గింది. పూర్తిస్థాయి మెజార్టీని సంపాదించుకోలేక పోయింది. ఏపీ విభజన జరిగినపుడు ప్రత్యేక హోదా కల్పిస్తామని పార్లమెంటు వేదికపైనే వాగ్దానం చేశారు. దాన్ని అమలు చేయకపోవడం సరైనది కాదు. బీజేపీ సంకీర్ణ ధర్మాన్ని పాటించకుండా బెదరింపు ధోరణిలో ప్రవర్తించింది.మోడీ వ్యవహార శైలి ఇలాగే ఉంటే దేశంలో

బిజెపికి ఎదురీత తప్పకపోవచ్చు. అందువల్ల ఇప్పుడు రాష్ట్రాలను, ఎన్‌డిఎ పక్షాలను విశ్వాసంలోకి తీసుకోవాలి.

చలికాలంలో వెల్లుల్లి తింటే..



చలికాలంలో డైట్‌లో చేంజెస్ చేయడం చాలా ముఖ్యం. కొన్ని ఫుడ్స్ తీసుకుంటే ఆరోగ్య సమస్యలు రాకుండా కాపాడుకోవచ్చు. అందులో భాగంగా వెల్లుల్లి తినడం ఎందుకు ముఖ్యమో తెలుసుకుందాం.

చలికాలంలో వెల్లుల్లి తింటే చాల సమస్యలు దూరమవుతాయి. వెల్లుల్లిలో జలుబు, ఫ్లూ వంటి సమస్యలని దూరం చేసే ఎన్నో లక్షణాలు ఉన్నాయి. వెల్లుల్లిలో ఉండే కొన్ని పోషకాలు ఇమ్యూనిటీని బలంగా చేస్తాయి. దీంతో చాలా ఆరోగ్య సమస్యలు దూరమవుతాయి. అవేంటో తెలుసుకోండి.

వెల్లుల్లిలోని పోషకాలు.. వెల్లుల్లిలో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ వైరల్, యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి ఇన్ఫెక్షన్లతో పోరాడేందుకు సాయపడతాయి. అల్లిసిన్ అనే సమ్మేళనం కూడా ఉంటుంది. ఇది ఇన్ఫెక్షన్స్ నుండి మనల్ని మనం కాపాడుకోవచ్చు.

వెల్లుల్లిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ ఉంటాయి. దీంతో ఫ్రీ రాడికల్స్ నుండి శరీర కణాలను దెబ్బతినకుండా కాపాడి ఇమ్యూనిటీని పెంచుతాయి.

జలుబు, ఫ్లూ.. చలికాలంలో జలుబు, దగ్గు వంటి సమస్యలతో చిన్నపిల్లలే కాకుండా పెద్దలు కూడా బాధపడుతుంటారు. అలాంటి వారు రెగ్యులర్‌గా వెల్లుల్లిని తినాలి. వెల్లుల్లిని పచ్చళ్ళు, కూరల్లో కలపి తింటే ఇమ్యూనిటీ పెరిగి జలుబు దూరమవుతుంది.

శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరగడం.. వెల్లుల్లిలో వేడి పుట్టించే గుణాలు ఉన్నాయి. ఇవి శరీర ఉష్ణోగ్రతని పెంచి చలిని తగ్గిస్తుంది.

వెల్లులి తీసుకుంటే రక్త ప్రసరణ పెరుగుతుంది. ఇది చేతులు, కాళ్ళకి వెచ్చదనాన్ని అందించి జలుబు నుండి ఉపశమనం అందుతుంది.

గుండె ఆరోగ్యం.. చలికాలంలో వెల్లుల్లి రసం తీసుకుంటే వ్యాధులని తగ్గించి గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుంది. ఇది గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. రక్తపోటుని తగ్గిస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. రక్తప్రసరణ మెరుగ్గా ఉంటుంది. చలికాలంలో గుండెపోటు, ఇతర సమస్యలు దూరమవుతాయి.

ఇమ్యూనిటీ.. వెల్లుల్లిలోని అల్లిసిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇందులో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ వైరల్, ఇమ్యునోమోడ్యులేటరీ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇవన్నీ కూడా ఇమ్యూనిటీని పెరుగుతుంది.

కాబట్టి, చలికాలంలో వెల్లుల్లి తినడం మంచిది. జీర్ణరసాలు, ఎంజైమ్స్ ఉత్పత్తిని ప్రేరేపించ్ డంలో సాయపడుతుంది. ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడం, పోషకాల ను గ్రహించడాన్ని సులభతరం చేస్తుంది. దీంతో ఆహారం నుండి అవసరమైన పోషకాలు శరీరానికి అందుతాయి.

ఇలా చేస్తే తగ్గుతుంది..!

కొన్నిసార్లు.. ఏదో బరువు మోసినట్లు, మెడపై ఒత్తినట్లు.. మెడ నుంచి భుజాల వరకూ నొప్పి వస్తూ ఉంటుంది. ఇలా ఉంటే.. ఏ పని చేసుకోలేరు, చిన్న బరువు ఎత్తినా ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. అదే పనిగా కంప్యూటర్ ముందు కూర్చొన్నా, వంటగదిలో గంటల కొద్దీ నిలబడి పనిచేసినా ఈ నొప్పి వస్తుంటుంది. ఈ నొప్పి నుంచి ఎలా ఉపశమనం పొందాలో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం.

కుర్చీలో నిటారుగా కూర్చోవాలి. చేతులను అలాగే ఉంచి, భుజాలతో చెవులను తాకుతున్నట్లుగా చేయాలి. అలా 10-20 సార్లు చేయండి. ఆ తర్వాత నిటారుగా కూర్చొని మెడ వంచి తల భుజానికి ఆనేలా కొన్ని సెకన్లపాటు ఉంచాలి. ఇరువైపులా కొద్దిసేపు ఇలా చేస్తే నొప్పి నుంచి కొంత ఉపశమనం లభిస్తుంది.

నొప్పి ఎక్కువగా ఇబ్బంది పెడుతుంటే.. పని పక్కన పెట్టి, కొంచెం సేపు పడుకొని విశ్రాంతి తీసుకోండి. ఇంకా తగ్గకపోతే.. ఏదైనా క్లాత్‌లో ఐస్ క్యూబ్స్ వేసుకుని నొప్పి ఉన్న ప్రాంతంలో అద్ది ఉంచండి. 10-20 నిమిషాలు ఉంచితే నొప్పి దూరమవుతుంది. రోజులో కనీసం 3-4 సార్లు ఇలా చేస్తే నొప్పి కొంత తగ్గుతుంది.

చేతులను ముందుకు చాచి, ఒక్కో చేతిని సవ్య, అపసవ్య దిశల్లో సర్కిల్‌లో తిప్పాలి. ఇలా 5-10 నిమిషాలు చేసినా ఉపశమనం దొరుకుతుంది. %ంష్రశీబశ్రీఎవతీ జూఖఅఅ మెడ నుంచి భుజం వరకు నొప్పి ఇబ్బంది పెడుతుంటే.. చేతులను పక్కకీ, ముందుకీ చాచండి.. ఆ తర్వాత కిందకి దించండి. కుర్చీలో మెడను వెనక్కి వాల్చినట్లు కూర్చున్నా మంచిదే.

శరీరం అలసి పోయినా.. ఏదో పొడుస్తున్నట్లుగా ఈ నొప్పి వస్తుందని నిపుణులు అంటున్నారు. అదే పనిగా కూర్చొని లేదా నిల్చొని ఉంటున్నామని అనిపిస్తే మధ్య మధ్యలో

నడవడం, కాసేపు చేతులు, మెడ స్ట్రెచింగ్ వంటివి చేస్తే ఈ సమస్య ఉండదు. గోరువెచ్చని నీటిలో కాస్త కళ్లుప్పు వేసుకొని స్నానం చేసినా వాపు కారణంగా వచ్చే నొప్పు తగ్గుతుంది. లేదూ వేడినీటి కాపడమైనా సరిపోతుం ది. అయితే నేరుగా చర్మంపై పెట్టకండి. ఏంత చేసిన నొప్పి తగ్గకపోతే.. డాక్టర్‌ను సంప్రదిం చడం మేలు.